

2024 年大学生社会实践报告 (31 篇)

2024 年大学生社会实践报告 (精选 31 篇)

2024 年大学生社会实践报告 篇 1

很多有经验的人都说社会实习有助于当代大学生接触社会，了解社会。同时，社会实习也是大学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好形式。作为一名大二学生，就快要步入社会的我带着学习和好奇的心情去迎接在协联热电有限公司为期七天的的实习。

协联热电有限公司是__市重点骨干企业之一，注册资金 6000 万美元，现役热电机组装机总容量为 420mw，集中供热区域覆盖主要工业集中区，供热半径 12 公里，热网主管线总长 50 公里，平均热负荷达 300t/t，主经火电、蒸汽产品及风能设备行业，坚持中心与时俱进不断创新，积极探索中外民营合资企业思想政治工作的新思路，立足自身优势，抢抓机遇，积极做大做强企业，是无锡地区规模最大的热电联产企业。

在这之前我是一点实习经验也没有。虽说只是实习，但生活的方式却已完全不同于学校里的生活，而是转变成了正式的上班一族：早上 8

：30 上班一直到下午 5：00 下班，这一天的生活便度过于这小小的办公室之中。此次实习，主要实习的内容是打印处理文件、日常电话接听、客户接待工作，以及给各种杂活。简单来说就是学习做一位办公室文员。

虽然我只是帮忙接听电话、接受邮件、复印资料、整理文件等，但通过实习的磨练，我深深地认识到社会实习是一笔财富。在实习中可以学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。下面我主要谈一下自己的收获。

一、我意识到做任何事情都不能眼高手低。接听电话、接受邮件、复印资料、整理文件这写在我实习前看来根本就小菜一碟，我自认为可以不费吹灰之力把它们做好。但事实我并非如此，我非但没能轻松完成，反而忙得焦头烂额。接受邮件、复印资料做起来还相对容易些，只要掌握基本操作就行了。但由于我刚开始去的时候，并不熟悉公司的业务，很多东西都不懂，整理起资料来常常会不知所措，第一天我就把文件归得乱七八糟，幸好有叔叔、阿姨们的耐心帮助。虽说熟能生巧，但接下来的几天有时候我仍会出现些错误。这让我意识到做人要脚踏实地，千里之行，始于足下，不能好高务远。

二、我的口才得到了提高。在接电话的过程我十分注意语境，并且及时改正一些不得体的地方，使我说话比以前更得体更大方了。而且为了能和同事相处愉快，我尽量会找些她们感兴趣的话题，不懂的东西也及时向她们请教。久而久之，交流多了，我不光学到了她们宝贵的工作经验，口才也提高了。在待人接物、如何处理好人际关系这方面也有了很大的进步。

三、我感悟到要好好把握在校的时光。热电方面的术语我一窍不通，这让我深刻地认识到我的知识的狭隘性，真可谓是书到用时方恨少，而大学又是拓宽知识面、提高自身素质的最好场所。我应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识(不仅要学好专业课，还要广泛的汲取各领域的知识，努力提高综合素质)、运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。

四、不要轻言放弃，这次实习后才能深刻体会这句话的含义。在社会实习中，一开始的环境不适应和做事的挫败让我一度想放弃。但在父母、好友的鼓励下我还是坚持了下来。很庆幸我坚持到了最后一秒，如果没有那份坚持，我也就不会获得以上那么多收获，学到很多课堂上学不到的宝贵东西。轻言放弃是对自己不负责任的表现。它会让你错过很多人生的美景，失去很多进步的机会。真的，坚持到底就是胜利，不到最后一秒，决不要轻言放弃。

在这次实践活动中我们收获了宝贵的经验，也收获了珍贵的友谊，我们这个有着十几人的团队从互不认识到后来的互帮互助直至难舍难分真是一段荡气回肠令人难忘的回忆。辛苦了二十几天后我们都拿到了自己的报酬，虽然钱不多，但是却是我的第一份正式的工资，这和平时父母给我们的钱有着不一样的感觉，因为这是通过我们自己的劳动换来的，具有不一般的意义。同时在这次活动中我学到了一个非常重要的东西就是做事情一定要认真，千万不能马虎，很有可能一个小小的食物会酿成一个大大的灾难，特别是在整理这一块，每一份资料对于我们来说可能一文不值，但是对于他们来说却是重要的材料，所以我们手中掌握的很可能就是他们美好的前程，千万马虎不得。

在我们离开的前一天，那里的工作人员请我们吃饭，我们把酒言欢，聊得很开心，虽然我们离开了，但是这份美好的记忆会永远留在我们的心底，天下没有不散的宴席，有聚有散方知相聚可贵。

2024年大学生社会实践报告 篇3

实习对我来说是个既熟悉又陌生的字眼，因为我十几年的学生生涯也经历过很多的实习，但这次却又是那么的与众不同。它将全面检验我各方面的潜力：学习、生活、心理、身体、思想等等。就像是一块试金石，检验我能否将所学理论知识用到实践中去。关系到我将来能否顺利的立足于这个充满挑战的社会，也是我建立信心的关键所在，所以，我对它的投入也是的！紧张的两个星期的实习

生活结束了，在这两个多月里我还是有不少的收获。实习结束后有必要好好总结一下。

这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每一天在规定的时间内上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着民事职责，凡事得谨慎留意，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决。

回顾这两个月来，自己的工作状况，扪心自问，坦言总结。在诸多方面还存在有不足。因此，更要及时强化自己的工作思想，端正意识，提高销售工作的方法技能与业务水平。

2024年大学生社会实践报告 篇4

为了更深入的了解劳动生产的具体劳作方式，体会农村人民劳作的辛苦与困难，从而激励我们的大学生为自己的梦想而努力奋斗，我参加了寒假社会实践。

实践的场所是在一个以种植西瓜为主要生活收入的农村，要求减少对一些用品的破坏，提高工作效率，保证工作质量。农业劳动并没有那么简单，需要我们一点点的努力，才能把他做好。每一天就这样的劳作，无论怎样劳累，里面的活一直都在，直到丰收。我深深的了解到了劳作的方式，体会到了农民的辛苦与不易。明白了这么多年父母就这样为了我有个好的未来而辛苦劳作着。经过此次实践，我真心的感到做农活真的太不容易了，做农活并不是我们

所想象的埋头苦干，在这其中需要我们有一份耐心，有一份恒心，还要细心，更要吃苦耐劳。

实践过后，真真正正的认识到了实践的重要性。经过实践能够学到平时学不到的知识。在实践中能够解决问题，能够做到学有所用，清楚地了解到自己哪些方面存在不足，并及时去弥补。

我们也能够接触到不一样的人与事，并能够学习如何去相处去处理，使自己更好的去接触社会。实践使我感触最深的是我深深的体会到了父母的辛苦，父母挣钱的不容易，这使我清楚地明白自我在今后的日子里该如何去做，如何去努力才能对的起自己的父母。弥补自我在实践中存在的不足，使自我变得更优秀。

2024年大学生社会实践报告 篇5

实习，是一次我们可以直接面对和接触现实社会的机会。这个机会很难得，它会让我们一直习惯于书本的眼睛和大脑发生一些细微的变化，也许应接不暇的“怪现象”会扑面而来，充斥我们的眼睛和大脑，但是我们必须经受这样的冲击。就像我们国家的发展一样，要实行市场经济，就应该培育和锻炼市场经济主体应对激烈竞争，适应多变市场，分散风险的这样一种能力，不适应的就应该被淘汰，最后留下的是质量优良的社会资产和适应能力强的经济主体。

在这期间使我养成了不管遇到什么困难都不能被它吓倒，从不轻言放弃的品格。人要想实现自身的价值一定要有顽强坚持的性格，勤奋努力的生活作风，而且还需要随时都有一个积极向上的心态。这样你就可以做到不管遇到什么挫折，什么困难，你都可以克服，即使遇到失败那也是短暂的，你完全可以吸收经验教训，再次站起来。

实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，他使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，实习是我们把学到的理论知识应用在实践中的一次尝试。

2024年大学生社会实践报告 篇6

我于__年__月__4日到__月28日在食品有限公司分公司进行了为期两周的实践活动。

1、始创于__985年，在各级领导、社会各界的关心支持下，在创始人兄弟的带领下，通过全体_人的团结拼搏，现已发展成为集食品饮料、重工机械、园区开发、工程建设、地产运营、国际贸易等多元互动、和谐共举的企业集团。食品事业是全国的罐头、饮料生产基地之一，荣膺农业产业化国家重点龙头企业、全国行业十强，拥有世界粥王八宝粥、创新开发的动植物双蛋白饮料花生牛奶等主导产品。

2、公司的相关业务流程：（1）开票流程。（2）结算流程。
（3）配送流程。（4）托运流程（5）退货流程。（6）客服流程。
（7）出库流程。

暑假是大学生们有机会在社会里得到锻炼的时期，机会不是每次都有的，错过了就永远失去了，所以为了不让眼前的机会白白的从身边溜走，我下定决心一定要在最短的时间内找到一份差不多的工作，不管是什么，累与不累，只要是能发展自己的平台，能让自己收获的平台，我们都应该去尝试，作为未来的创业青年，我们应该远瞩，累永远是最后一位，勇气是头，我们是先锋，放大胆，鼓起勇气去尝试一见自己从未做过的事，无论成与败都会收获不小。

我从家附近先找起，发现墙上贴的招聘启示，业务员和店员，我毫不犹豫选择了石家庄食品有限公司分公司业务员的这份工作，我由于有很强的语言表达能力和认真的态度很快赢得了别人对我信任，就这样他们答应我去上班，每个月只有 800，50 块的电话补助和 50 块车补，100 块生活补助，加起来也就 1000，也许车费都不够，但我答应了，他们用一下午给我讲些有关产品和推销方面得知识，第二天我就开始工作了。

由于天气寒冷，我选择了每天上午 8：00 到 2：00，下午 3：00 到 6：00，这个时间才出去工作，因为业务员的时间是自由支配的，只要你能完成一定量的业务量，不管你怎样跑，你最起码要给老板带去一定的收益，人家才会充分信任你，肯定你，自己才会感到自己存在的价值，我每天 7：00 准时起，搭公交去城市的每个我们产品的专卖点，小超市，商店，记录产品销量与业绩状况，存在什么问题，怎样才能很好的解决，以后基本上每天晚上我都会积累下一点小小的经验，凭借这些宝贵的财富，业务这一行我开始干的得心应手，慢慢变的老练了，给了我更多的动力。让我更有信心干好其他每件事。

无论做什么事情，我们要明确一点，就是自己的态度是极其总要的。然而做一项服务工作，“顾客就是上帝”这一良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量，向顾客推销出更多的保险。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量，语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。只要你有一个服务于他人的态度，你就会得到他人的肯定及帮助，用自己的热情去换取他人的舒心。

总体来说，这次尝试还是很有价值的，毕竟让我们体会到做生意的不容易，因为要考虑很多问题，全面的计划和充分的准备才能让自己把握市场动向，不会陷入被动的格局。同时我也明白社会就

是这样现实，商场上就是你争我夺的，任何企图逃避的人都会遭受失败，这次实践让我有了积极面对竞争的心理准备。

假期的实践不应该成为一种压力、一种负担，而是在自己的兴趣之下亲身去尝试、去体会实践、工作的酸甜苦辣，从而更加懂得生活，只有这样才会得到提高与成长。

2024年大学生社会实践报告 篇7

短期的社会实践，一晃而过，在这其中，让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西都将会让我终生受用。回到家时爸爸妈妈也说我真的变了好多，变得懂事多了，孝顺多了，脾气也变好多了。学校让我们去社会实践真的很有作用，会让我们从中收益匪浅。社会实践让我知道了，挣钱真的很不容易，也明白工作的辛苦，以后也不会再浪费钱了。社会实践拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干。

社会和大学一样也是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我会继续努力的，在以后的暑假会使自己更加的充实，继续在社会实践中锻炼自己。暑假时间比较短，然而，对时间的合理安排和对自身的合理调整，却足以让我认识到；暑假除了和亲友团聚，还有更为丰富多彩的内容。暑假时间是____天，在亲友的帮助下，我来到_____有限公司，进行了为期两个星期的社会实践活动。

这家公司主要是进行室内外装修工作的。由于接近过年，我没有机会参与直接的装饰工程，而是在该公司的办公室中做一些实习的活动。工作期间，我得到了该公司员工的善意接待，从这两个星期的实习中，掌握了一些办公软件的使用，也让我认识到了办公室生活的优点和一定的局限性。当刚刚来到公司办公室的时候，不从事第一线生产的人都在一个办公室里办公，我没有固定的位置，因此为了不让自己看起来的多余，我开始看找些事情干一下。然而除了打打扫扫，似乎看不出来有什么可以让我插手的地方。但是，随着时间的推移，我终于发现了可以让我有一定作用的地方了。

虽然如此，但是从现在看来，我并没有深入的涉足到这家公司的真正工作中，看起来这次社会实践并不是很深入。由于我参加了这家公司的一次工作总结会议，我于是对公司的运转还是有了一定的了解。如下是我在这次社会实践中总结出来的经验。在工作中，一定要多积累平时的运作经验，多观察，动脑再使用技巧，才能够制作出独一无二的工作总结。工作者要求在平常的时候多多积累素材，为在工作中有出色的发挥做好准备工作。要多多关注工作中的主要事情，因为在工作的总结中，为了使自己的直接上司看清楚自己的工作，真的要做出来很详细的报表，而这中间，如果不能突出工作的重点，只能让上司提点着，是很危险的。

每个做出了工作报告的人，他们的报表或长或短，但是，有一个不容置喙的现象就是，他们都深深的分析着自己的工作，得与失，还有对未来工作的设想和预期，这些让他们的工作报表至少在我看来有着很明显的远见性。据我所知，这家公司有员工参股，尽管他看起来更像一家合伙制的企业。每个人都很明白他们的职责，也把公司的未来前途看得很清楚，因此我想，这家公司在未来的道路一定会越来越宽阔平坦。在两个星期的工作中，我有着太多的感受和触动，我更加明白的看到了生活和工作两者之间的关系，也明白了工作的重要，对工作要担负的责任，对家人的恶人，还有很多很多，总之，在这次社会实践中，我学到了很多知识，这些知识也将会对我以后的学习树立起明确的目标，伴我向前进步。

“千里之行，始于足下”，这近半个月短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助，可以避免我毕业后的眼高手低现象。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。

做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入大学面临走向社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我可以向他们学习很多知识、道理。社会实践是每个大学生必须拥有的一段经历，它使我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名大学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

2024年大学生社会实践报告 篇8

企业介绍

益海（广汉）粮油饲料有限公司是西南地区大型的油脂加工企业之一，占地 220__余亩，总资产 12.5 亿元。现有生产能力：榨油厂 1500 吨/天、精炼厂 925 吨/天、中小包装 840 吨/天、浓香菜籽油 20__0 吨/天、膨化大豆粉 300 吨/天。良好的产品质量是销售的前提，为了确保公司的产品质量，我们引进了世界先进的粮油加工设备和先进的粮油检测设备，利用世界顶尖技术实现从榨油、精炼到灌装工序的高度自动化，并在中国的粮油行业中通过了 ISO__00 质量管理体系认证，产品质量可信度得到了保障。是知名品牌“金龙鱼”、“鲤鱼”、“香满园”等小包装植物油品牌的生产者。

20__年 7 月 11 日，怀揣着对实习的期待，我来到了益海（广汉）粮油饲料有限公司，位于四川省的广汉市。下面我将从两个方面谈谈专业性实践体会。

一、生活方面

刚到公司，真的很感谢后勤就给我们安排好了食宿。套二的房子，我和同学一人一间卧室，这里家电齐全，水电全包，下班没事可以看会儿电视，离公园，夜市也近，可以散散步逛逛街。在公司吃饭，个人感觉伙食不错，夏天每天中午都会送冷饮，比如冰粉，银耳汤等等，每天一个花样。其次，短短的一个多月公司也举办了好几个活动，比如篮球赛，吃西瓜大赛，亲子活动，义工活动等等，所以在这儿并不枯燥。

二、工作方面

在公司办理了入职手续后，后期公司安排了两天的入职培训。刚开始我到了工厂品管部，因为健康证还没办好，所以在部门的第一周都是在看他们企业内部工作手册。里面包含了油脂，粕，水质，进出厂辅料的检验方法以及一些仪器的维护等等，看到他们的企业标准，确实比国家标准高了很多，毕竟金龙鱼嘛。

空闲和经理主任交流时，感觉她们都特别牛，对于国家标准不管是检查方法还是质量指标，都了如指掌，说的头头是道，想到自己很是惭愧。平时观察前辈们的日常工作，发现学校学的东西太管用了，很多实验都做过，只不过这里仪器都是进口的，一个实验很快就会完成，最重要的是这里做实验不像学校，学校平时的实验结果都知道，为了得到结果还要绞尽脑汁费尽办法得到已知的结果，所以我觉得反而在工厂化验室做实验会更轻松些。

在我的健康证下来后，由于实习期短，就被安排在粮化实验室，主要负责粕及原粮的常规检查，也给前辈们打打下手。在品管工作都是些专业内的东西我就不说了。总之，在油厂做品管对于我们油脂专业的学生来说还是很容易上手的，前提是你在学校认真学习过。

再者每天工作有空余时间我都会去精炼厂、榨油厂了解工艺，这里确实和书上及阳光油脂不一样，他们的工艺确实更加先进，节约成本，也算长见识了。后来我也去了面粉厂参观，在品管及生产部大致了解了一下工作流程，这里对于我们油脂专业的学生讲，确实是外行小白，但对于食科及粮工专业的学生却是行家，这里有个食科的同学在实习，他告诉我这里面的仪器及实验，在学校也是学过做过的。

在我们油厂的前辈们都很有经验，比如测一个色泽，几秒钟就OK，可对于我来说一个一个的色泽调试要花几分钟。在实验室我也犯过错，有一次电脑登记出厂皂脚时，没有注意到取样员把日期填错了，我也就跟着错，幸亏领导及时发现，虽然只是被训了几句，但我相信以后再也不会犯这种错误了，而我也从中学到了做任何事都一定要严谨。说了那么多，其实我认为如果想在自已专业混好，最重要的还是学习，做事情要严谨，要一丝不苟。

最后，实习期结束真的就要离开这里了，这一天来的这么快，也来的这么慢。首先，感谢益海给予的这次实习机会，也感谢强大的学院在背后默默的支持。谢谢前辈们在工作中耐心的教导，也感谢自己在工作中慢慢适应没有放弃。这一个月来，有苦也有甜。作为同事我从他们日常工作中明白了，能重复做好一件简单的工作，那也是一件了不起的事情！一丝不苟，不能好高骛远。作为朋友在交谈中也明白了，一个企业人和校园人明显的区别。

对于我来说，在暑假期间实习是一件特别有意义的事情。在这里所学到的知识，再联系学校学到的理论知识，必将在油脂行业受用终身。

大学生暑期社会实践实习报告 6

现在就业压力越来越大。我们大学生要想在未来找到一份有自己专业的好工作，就必须不断拓展自己的认知领域，提高自己的能力。

作为英语专业的大学生，专业本身要求我们不仅要有扎实的英语基础，还要有很强的交际能力。这要求我们的大学生不断提高我们的社会实践能力，提高我们的交际能力。但目前大部分英语专业学生英语学习能力较好，英语基础较扎实。就我们班而言，大约70%的学生在考试中可以取得好成绩，只有一两个学生在班上不及格，甚至有时没有，所以在我看来，我们班的英语学习基础还是不错的。但是在学习过程中，我也发现，一旦学生遇到英语角或者英语交流等活动，就会变得很不自信，很支支吾吾，自然也就不会像平时那样流利地说英语了，这也是我的问题——交流能力差。

我个人是个内向的女生，不爱说话。我通常不会在英语角发出声音，我总是去袖手旁观听。我也知道这是不可能的。其实我觉得我英语成绩还不错，只是不会说话，有时候很压抑，很纠结。我想这也应该是我缺乏自信甚至自卑的结果。但是我很清楚，英语学习主要在于说，而不是写，因为它毕竟是一门语言，是用来和人交流的，所以我下定决心要说。

这个暑假也是一个偶然的机。经家人介绍，我成为了福临门新 DHA 谷物调和油的临时业务员。这可能对我的英语水平没有帮助。毕竟我卖讲解给别人的时候会说中文，但是我觉得这样可以锻炼我的勇气，让我说出来，应该有利于提高我的交际能力。而通过这份兼职，我也对自己的生活有了一些感悟。

上班前一天，我还挺兴奋的。我以为我会开始独立的生活，我会挣不止一份收入。但现实往往不是这样。第一个星期，被安排在荆州做吴商。第一天上班就被泼了冷水。我本来是要卖石油的，但最后成了搬运工。我被告知先把礼品油和促销亭运进店内。在此之前，我不得不请一些人，如经理、保安、收银员等，在分配单和物业管理单上签字。除了跑来跑去不说电话费，还被别人嘲讽，甚至有人不理你，让我很郁闷。好不容易，拿到里面的礼品油和促销摊位，才发现已经过去一上午了。下午和晚上不知道是太累了还是心情不好，但是一桶油都没卖。站了一天脚疼，生意没开。当时心里真的很难受。好在第二天很顺利。四个阿姨早上在我的详细讲解和促销下买了四桶油，还有一个阿姨一遍又一遍的夸我感谢我。当时很开心，感觉脚没那么疼了，心情轻松了很多。也让我意识到付出是有回报的，只要我努力。

第二周，我被调到沙市的沃尔玛店，那里的工作比商家容易，因为它被指定为旗舰店，有营养学家协助我，还有一个量子弱磁共振分析仪，可以检测人体健康，帮助我更好地宣传福临门这种新油。在我们无可挑剔的合作下，我们两天卖了 30 桶油，在此期间，由于我对客户的详细而准确的介绍，我的微笑和耐心，我受到了主管和长期推广人员的称赞，这也增加了我的信心。同时，我也发现，随着推广天数的增加，我可以更轻松地掌握客户的想法，根据这些找到突破口，合理地销售我们的石油。按照这个策略，我们第三周销量也不错，卖了 20 多桶。

到了第四周，事情发生了变化。我们的营养师因为工作时间的改变而停止工作，我们的沃尔玛长期促销员也是如此。结果，由于缺少两名高级将领，我们这一周的销量直线下降，两天只卖了 9 桶油。被批评为临时小促销员，沃尔玛粮油柜负责人告诉我，如果下周销量不如上周，就不允许我们开展促销活动。听到这些话，再加上生意不好，脚疼，我就退休了。周日，我们公司在福临的项目经理和几位主管对我们的临时发起人进行了彻底的检查，一方面检查我们的临时发起人是否符合要求，另一方面也进行了市场调查，要求我们周一下午在粮油市场开会交流。到了之后才知道大家都遇到了一些问题，我们就这些问题进行了讨论和交流。后来才知道，有些同事是不想做的。我们一起告诉了经理，却发现我们的付费主管因为某些原因没有这么做。我们所有的临时推广人当时都决定不做了，然后问了我们的工资。经理不但不解释，还把责任都推给我们

主管，语气很刺痛。我们当时都在一起了，你也聊了一点。有趣的是，我们也想过寻求媒体的力量。后来事情越来越大，我们的'主管马上就来了，这件事在调解中慢慢解决了。当然，我们的促销同事都没有做到，这一点还是让我感动，因为我们是一起进退的。

其实我们所有从事促销的同事都是大学生，有的甚至比我小两岁，其中一个刚刚高中毕业。大家都出来自己找兼职，一方面想减轻家庭负担，一方面锻炼自己。大家还是很努力的，说明我们这些独生子女，别人口中温室里的花，依然可以头顶蓝天，肩负起一方的责任。都说90后是垮掉的一代，但我不这么认为。只要我们勤奋努力，我们仍然可以拥有自己的广阔世界。

其实我觉得推广石油销售压力挺大的。有时候觉得很难受，这种感觉比我准备专四考试的时候还要强烈。作为一个临时的推广人，当然还是想做好这份工作，卖尽可能多的油，但是有时候生意就是这样，我也无能为力。也让我明白，每一份工作都需要承担一份负担，承担一定的责任。世界上没有免费的午餐。

这次给我印象最深的是赚钱不容易。虽然日薪 50 元，12 天后还有 600 元，虽然钱不多，但总能买到自己喜欢的东西，还算满意，但也没考虑过其中的艰辛。回头看，我受不了了。每天要工作 9 个小时，也就是每天要站 9 个小时。脚疼，下班还得走回去。有时候晚上腿会肿。这些都是身体上的，可以忍受的。最糟糕的是一些客户的冷嘲热讽，即使不买油不听我销售，有的甚至冷笑或者不理你，说明 50 块钱的钱不是那么好赚的。当我回到家看到妈妈的时候，我突然明白了她曾经告诉我的话。作为一个单亲家庭长大的孩子，我应该已经意识到生活的艰辛和困难。但是，每当听我妈跟我说她工作上的愤怒，我都只是发泄愤怒，表示同情，并没有什么深刻的体会。通过这份兼职，我也可以亲身体会一下味道。

有些人可能认为销售是一件容易的事情，所以他们不尊重超市的促销员。我以前也是这样，从来不听促销员的解释，从来不买他们卖的产品。其实现在想想，也用不了多少时间，应该更尊重他们。再者，促销并没有我们想象的那么容易，也需要一定的技巧。针对不同的客户，采取不同的促销技巧，吸引客户购买你销售的产品。就我而言，这次促销不太成功，但通过这次兼职经历，我收获了很多，成长了很多。也许这一生只有一次机会。但是以后还是要做自己喜欢的，感兴趣的事情，这样才能调动自己最大的热情和潜力，把事情做好，做长远。

时光飞逝，转眼间三年的大学生活已经成为过去时，我即将迎来毕业年。在这最后一个暑假我报名参加了暑期大学生实习活动。我想通过这次实习对电力专业知识有进一步的了解，也想尽早接触电力企业，锻炼工作能力，增加社会实践经验。做好由学生向企业员工角色过渡的准备。在这次暑期社会实践挂职锻炼活动中我来到了上海市东供电公司实习。这对于我是一个机遇也是挑战。

7月16日是我们第一天到公司报道的日子，第一天的培训中，我们了解到我们所实习的部门市东供电公司客户服务部是上电热线“95598”的下级直属部门。全天候集中受理浦东 南汇

奉贤的电力故障保修，用电咨询，以及电费查询业务，同时负责计划抢修停电的预报。它是上海电力面向社会，服务市民的一个窗口。

市东供电公司的各级领导对我们这次大学生实习培训给予了高度重视，不仅部门主任张老师给我们进行了专业知识的培训告诉我们关于客服的技巧和原则，还给我们介绍了公司的概括和历史，更给我们讲了公司现在的运行理念和上海电力行业的前景。给我们注入了很多新的概念和想法。

经过培训我们开始正式上岗了，一来到办公室，几位带我们的师父为我们准备好了一切资料，但师父没有要我们刻板的去记这些资料，而让我们从实践出发，在实践中去熟悉客服这项业务，市东客服部门的工作十分明确，每个人要做的工作分工清晰。这不仅避免了劳动力的浪费，更提高了工作效率，要知道保修业务效率是格外重要的。我们的主要工作有接听电力用户的，向抢修队点派工作单，抢修结束后回复工作单，其中每一项都要保证不出错，因为任何一点点小小的失误都会可能造成电力系统的巨大损失。

经过一个多月的挂职锻炼，我觉得自己成长不少，受益匪浅。

第一，实践中我的工作能力得到了锻炼。在处理多种事务和紧急情况的应变能力得到了提高。在于用户电话交流的同时我的口才和交流能力得到了很好的锻炼。

第二，通过工作岗位的锻炼培养了我的社会责任意识。学会了换位思考，在工作中不仅要为用户 居民着想，还要为高温酷暑下奋斗在第一线的抢修工人师父着想，力争做到不开一张重复单 错误单。

第三，更好的锻炼了自己处理与同事之间的人际关系能力，做好合理沟通和睦相处，更好的融入到团队中去。

在工作中我也发现了一些值得注意和思考的问题。如 电费查询工作是一项工作量相当大的业务，约有一半的工作量是处理电费查询和安装分时电表的，能否建立一个综合电费查询网站，让用户通过个人账户自主查询电费和用电业务，并通过此网站向用户宣传和推广其他用电信息，网站上还可以发布最新的电力公司的信息。例如当日以及次日的计划停电情况，用户还可以网上提问，并有专职人员网上解答。用最人性化的方式关爱每一位电力用户。如此一来用户不必每次都请求人工服务，我们也相应减少了一部分工作量，这种双赢的结果何乐而不为呢。

目前国内要求打破国有垄断行业的呼声很高。电力行业未来的发展变得难以预测。我认为合理配置资源，塑造企业形象是今后各大电力公司应该关注的重点。前者关系到企业的成本控制和资源的高效利用问题，解决好它可以减少许多财务支出。后者关系到企业的生存，规范和提升服务。积极开展电力营销，为今后电力市场化做准备，树立企业形象寻找新的企业利润增长点才是企业生存之道。

我在市东供电公司度过了一个充实而快乐的暑假。进过一个暑假的实习生活我发现自己学到了不少东西，也更坚定了自己将来毕业后在电力行业中为人民服务的志向。也为自己之后一年的学习增加了动力。希望毕业后能成为一名电力行业需要的人才。

2024年大学生社会实践报告 篇9

实习第__周，经理开始带我去工厂观察一些产品的情况，让我了解产品的整个加工过程等，以便让我以后跟客户更好的交流。我们公司主要是生产汽车液压件及一些塑料成品的，我也大概了解了一些产品完成所花费的时间和流程。工作还是进行的比较顺利，偶尔也会接到一些客户的电话，我有时也会做些简单的介绍，力图让对方更深的了解我们的产品，最重要的是让他们觉得我们的产品是非常出色的。虽然自认为口才并不好，但我能够把事情描述的比较清晰，如此也令客户满意。

2024年大学生社会实践报告 篇10

通过第__周的环境适应阶段，我也基本上跟的上单位的节奏了。但仍是对出纳岗位的工作概念有些模糊，之前，我以为出纳只是跑一下银行，算一下现金，认为只不过是些简单而琐碎的工作。在实习过程中的探索和工作后，我改变了原来的看法，即使琐碎的工作也是很简单的。

这一周我的主要学习任务是跑银行。单位收付业务主要是通过银行完成的，所以这一周我的工作量突增，几乎一半的时间是在各个银行之间穿梭。挂号、排队、填写汇款单、取款单。回到单位后，还要打出银行对帐单，然后填写收款收据，加盖银行收讫章。最后便运用到在学校学到的知识了，那便是登日记账。把每一笔款项仔细认真的登记在账簿上。

2024年大学生社会实践报告 篇11

本次实践我选择在我县城的一户平民家庭里，我的工作负责他们家孩子的各科的学习辅导，我是在高中同学的介绍下得到这份工作的，本来我已经准备到我舅舅那儿找工作的，由于同学已经找上了，就勉力为之了，即使这工资也不高，还挺累的，但在于别人的相处中，我学到了很多的东西，当然，在教别人功课的时候，我才从中体会到了当老师的酸甜苦辣，是时我才明白，老师不是那么好当的，没有十足的耐性和知识功底，想要干好这项工作还真是不可能的。

每天从早上八点一直干到下午六点，中午休息一小时，其实不是很累，因为当我想到我是在做一件有益于别人，还能得到些许回报的事情时，我就不会感觉累了。

2024年大学生社会实践报告 篇12

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的实习过程中，实习中，我采用了看、问等方式，对在工作中人与人的关系做了进一步的了解，分析了人与人之间特点，方式。我深深地感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中专业知识的匮乏。刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，苦累交加，这让我感到非常的难过。一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我一个人的感觉。不过有一点是明确的，就是我们中国学校教育和实践的确是有一段距离的。

“千里之行，始于足下”，这近一个月短暂而又充实的实践，我认为对我走向社会起到了一个非常重要作用，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。更重要的是要向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。

这次实践更让我肯定了做事先做人的道理，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以向他们学习很多知识、道理。

暑假生活本来是能在家中悠闲的感受着空调带来的清凉，但是我还是决定在这么长的假期中做一些更有意义的事情，我在暑假之前就向旅游景区的青年旅社投递了义工申请，并决定在放假之后就前往。

到达青旅，一切都与图片上的一致，精致的房间，装修得相当的有意思，所有的一切都让我相当的兴奋，我好喜欢这样的生活。在安顿好自己之后，店长姐姐就来为我交代工作，其实工作还是比较简单的，包括客人的入住，房间的打扫，清洗被单，做饭一些较为家常的事情。反正放在一起就是要让来的客人都感到开心与舒适。

来到这间青旅的客人们基本全是一些与我年纪相仿的游玩者，我特别的喜欢与他们交谈，他们总是会来询问于我们一些游玩的建议，当然这方面我肯定是做了不少的功课，自然我们的交流更是简单很多。每一个来到青旅的客人都有他们自己的故事，或浪漫，或忧伤，或难受，或幸福，但这就是生活，有着各种这样的色彩。突然就特别期待未来的我会经历什么样的生活。

这一次的义工之旅，让我的内心充满了许多不同的感情，我从来没有觉得自己脑子能装下这么多的东西，原来去感受别人的感受是比自己真正感受是更加的触动人心。我突然就特别喜欢上了聆听，以前的我总是在朋友那儿“叽叽喳喳”个不停，就想要把自己内心的想法都讲出来，那样的自己好像是什么都没有，所有的东西都说空了。现在我就觉得自己是一个充实的人，包含这整个世界的酸甜苦辣，更让我对于未来有更多的期待，我不期望自己能过的轰轰烈烈，但是必不能负了自己。很多事情都要好好去经历一次，人生没有害怕，只有自己去亲自闯荡，才会越发精彩。

2024年大学生社会实践报告 篇14

大学生一直生活在学校的这座象牙塔内，与外面社会接触的机会十分的少，而社会正是一个可以磨练一个人意志的地方。短期的实习让我短暂的接触到了社会，认识了一些社会生活的一些基本准则。带着一股年轻的冲劲，我踏上了进入我那漫长的职业生涯的第二块试验田。在福赛思实习日子里，在车间，在办公室，都有呆过一段时间。我的生活是有味道的，所以现在回想起来，特别怀念，要不没有这些味道，我想我的实习就这样的过去了。但不是，那种种的味道还深深的记住我的脑海里，叫人无法忘记。这些都是我的人生中很难得的一次经验。人生经验都是在人我们的人生中不断的积累的，在实习中我所收获到的不止是我的知识，更重要的是我的精神也有了进一步的提高。

深圳是一个有着特殊活力和热力的城市，吸引着一批批的创业者。一天注册上千家公司且有不断上涨的趋势，然而，一个公司的存活年限却不到两年，就在这充溢着竞争和压力城市，每天都有欢笑与泪水，有人悲伤的关掉倒闭的公司，也同样有人欢喜地淘到了自己的第一桶金。我开始思索，公司要怎样才能在这种激烈的竞争中脱颖而出。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。
。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/398047117105007010>